

Парамонова Юлия Андреевна

студентка

ФГАОУ ВО «Белгородский государственный
национальный исследовательский университет»

г. Белгород, Белгородская область

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ОБЗОР ПОДХОДОВ К ОПРЕДЕЛЕНИЮ ЭЛЕМЕНТОВ НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ

***Аннотация:** в статье рассмотрены различные подходы к определению понятия «нервно-психическая устойчивость» и представлены ее компоненты.*

***Ключевые слова:** нервно-психическая устойчивость, дезадаптация, стрессоустойчивость, эмоции.*

В наиболее полном определении, нервно-психическая устойчивость (НПУ) – это интегральная совокупность врожденных и приобретенных личностных качеств, мобилизационных ресурсов и резервных психофизиологических возможностей организма, осуществляющих оптимальное функционирование индивида в неблагоприятных условиях [2].

Понятие «нервно-психическая устойчивость» появилось позже и в результате появления термина «нервно-психическая неустойчивость» (НПН), которое было обозначено военными психиатрами в 1970-х гг. применимо к группам риска призывников и военнослужащих с неблагоприятным прогнозом развития нервно-психических расстройств. Затем направление изучения причин, характера и условий проявлений, профилактики дезадаптации при НПН – стало главным [1].

В настоящее время понятие НПУ рассматривается в различных сферах психологии и используется при проведении психологических и психофизиологических исследований в профессиональной ориентации и профессиональном отборе, образовании и других сферах. При этом, чаще всего под НПУ личности понимают степень ее стрессоустойчивости и адаптивности к изменяющимся условиям среды. Нервно-психическая устойчивость выступает важным

конструктом эффективного и адекватного взаимодействия и построения жизнедеятельности личности в целом, в различных ее аспектах.

Определение понятия нервно-психической устойчивости, как и составляющих ее элементов, многогранно и имеет отличительные особенности в зависимости от автора и его научной позиции.

Например, в работе А.В. Корзунина указано на то, что А.А. Боченков одним из элементов нервно-психической устойчивости считает стрессоустойчивость и терпимость к стрессорам [2].

Е.В. Трифонов отмечает, что нервно-психическая устойчивость – это не только возможность противостоять стрессорам, но и способность быстро возвращаться в состояние психического равновесия, тем самым включая такой элемент, как адаптивность.

Данного мнения придерживается и С.Т. Посохова, отмечая, что нервно-психическая устойчивость отражает способность к сохранению адаптивного поведения в различных изменяющихся условиях и жизнестойкость [6].

В «Большом психологическом словаре» под редакцией Б.Г. Мещерякова и В.П. Зинченко в определении НПУ обозначены такие компоненты, как саморегуляции и самоуправления [5].

Т. Рибо, Е.А. Милерян, О.А. Черникова, Н.А. Аминов отмечают значимость устойчивости эмоционального состояния. Н.Д. Левитов, Л.С. Славина также отмечают, что одним из компонентов НПУ является эмоциональная составляющая.

В.В. Юсупов в ходе исследования НПУ акцентирует внимание на эмоционально-волевой регуляции [4].

Л.П. Баданина к элементам НПУ относит способность сохранять эмоциональное равновесие. Так же понимают эмоциональную устойчивость и зарубежные авторы. А.Е. Ольшанникова, Л.М. Аболин считают, что одна из составляющих НПУ – это преобладание положительных эмоций. В.М. Писаренко обозначает постоянство эмоций как один из элементов НПУ.

Л.М. Аболин, считает, что НПУ – это функциональная система эмоционального регулирования. Я. Рейковский обозначает нервно-психическую

устойчивость как способность человека в состоянии эмоционального возбуждения сохранять целенаправленность своего поведения, адекватное реагирование и контроль над собственными эмоциями.

Таким образом, учитывая указанные выше определения, можно сказать, что НПУ отличается эмоциональной невозмутимостью, невпечатлительностью, отсутствием специфических реакций на стрессогенные факторы. В настоящее время, единой позиции об элементах нервно-психической устойчивости не выработано; элементы НПУ трактуются в зависимости от автора и его научной позиции.

Список литературы

1. Берг Т.Н. Нервно-психическая неустойчивость и способы ее выявления [Текст] / Т.Н. Берг. – Владивосток: Мор. гос. ун-т, 2005. – 63 с.
2. Корзунин А.В. Психофизиологические критерии оценки нервно-психической устойчивости в процессе военно-профессиональной адаптации военнослужащих: Дис. ... канд. мед. наук. – СПб., 2015. – 155 с.
3. Матчин Г.А. Анализ нервно-психической устойчивости студентов вуза [Текст] / Г.А. Матчин, К.К. Вилкова // Оренбургский гос. пед. университет. – 2016. – С. 19–23.
4. Методы оценки нервно-психической устойчивости [Текст] / В.В. Белов, А.В. Корзунин, В.В. Юсупов, Д.В. Костин // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина. – 2014. – С. 75–85.
5. Мещеряков Б.Г. Зинченко, В.П. Большой психологический словарь / Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Psihol/dict/03.php
6. Посохова С.Т. Эмоциональная неустойчивость в психической организации человека [Текст] / С.Т. Посохова // Практическая психология. Методология и методики научных исследований / Под ред. В.Н. Панферова. – СПб.: Образование, 1996. – С. 22–35.

7. Таштимирова Л.А. Нервно-психическая устойчивость студентов специальности «безопасность жизнедеятельности» [Текст] / Л.А. Таштимирова, И.В. Ковязина // Научный альманах. – 2015. – №8 (10). – С. 1568–1571.